



**Articolo a cura di
Sonia Salerno**

**Come superare le paure e
trasformare la tua vita ?**

Come superare le paure e trasformare la tua vita?

La domanda che ci facciamo in continuazione è che persona vuoi diventare? Ma fra la persona che siamo e quella che vogliamo diventare c'è uno scoglio da aggirare: la paura.

La paura è uno dei maggiori ostacoli che impedisce qualsiasi progresso nella vita.

Quindi come imparare ad agire nonostante la paura?

Bisogna conoscere e capire le tue paure.

Le paure si dividono in tre grandi categorie:

- 1) Paura delle perdite
- 2) Paura del processo
- 3) Paura del risultato

Esaminiamo ogni paura nei minimi dettagli.

1) Paura delle perdite

Che cosa accadrebbe se perdessi quella determinata cosa?

Il lavoro, una persona cara, l'identità?

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno

Nel mondo del trading potrebbe essere che cosa accadrebbe se perdessi tutto il capitale investito?

2) Paura del processo

È la paura che ci assale quando non si capisce il processo per raggiungere qualcosa e ti sembra troppo lungo e difficile.

Nel trading invece potrebbe essere non capire esattamente la direzione dei grafici, il meccanismo per usare una piattaforma, non avere sufficientemente conoscenza per riparare alle eventuali perdite.

3) Paura del risultato

Quando ti chiedi cosa accadrebbe se le cose andassero diversamente da come ti aspetti? Se andassero male. Nel trading potresti chiederti e se non riuscissi a guadagnare ma a perdere solo soldi?

Se non riuscissi a mettere in pratica la tecnica come voglio?

In realtà tutte queste paure non sono altro che supposizioni.

Certo c'è la possibilità che tu possa perdere qualcosa, e se invece guadagnassi qualcosa te lo sei mai chiesto?

Anche se fallisti ciò che impareresti da quel fallimento sarebbe una grande opportunità di crescita.

Il fallimento non esiste, il fallimento è un atteggiamento no un risultato.

Un esempio ne è l'inventore Thomas Edison che al settecentesimo tentativo fallito di creare la luce elettrica, un report del New York Times

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno

chiese a Thomas Edison come ci si sente ad aver fallito per la settecentesima volta. Il grande inventore rispose:

Non ho fallito settecento volte, non ho fallito nemmeno una volta. Sono riuscito a dimostrare che quei settecento modi non funzionano. Dopo che avrò eliminato tutti i sistemi che non funzionano, troverò quello che andrà bene.

Per migliaia di volte ancora quei sistemi non funzionarono, ma Edison alla fine scoprì quello che andava bene e così facendo illuminò il mondo.

Così anche nel trading il fallimento non esiste perché ogni nostra azione ci porta a crescere e a fare sempre meglio e anche quando perdiamo soldi impariamo dai nostri errori.

Qualsiasi pensiero che tu possa avere prima di fare una cosa è una semplice ipotesi. L'unico modo per raggiungere massimi risultati è sfidare queste supposizioni andando a testa alta verso di esse a piccoli passi e ponendosi 3 semplici domande:

- 1) Che persona devo essere oggi per arrivare dove voglio essere domani?
- 2) Che supposizione mi sta trattenendo?
- 3) Quali microstep possono sfidare questa supposizione?

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno

Le domande sono degli strumenti molto potenti in grado di poter cambiare la nostra vita se sono fatte in maniera corretta. Il solo fatto di porsi domande equivale a piantare semi nel nostro inconscio e col tempo la tua psiche sarà destinata a trovare soluzioni.

In conclusione per distruggere la paura del trading bisogna studiare molto e fare molta pratica, trovare una tecnica adeguata e visualizzare il comportamento dei grafici di giorno in giorno.

Di solito la ripetizione continua di determinate azioni, diminuisce la paura e ci fa diventare più forti. Quindi non bisogna mai scoraggiarsi quando si subiscono delle perdite, perché le perdite servono per farci imparare e crescere in questo campo.

Sito: <http://www.opzionibinarie60secondi.it>

Email: sonia.salerno@email.it

Facebook: <https://www.facebook.com/OpzioniBinarie60secondi/?ref=bookmarks>

Articolo a cura di Sonia Salerno